



DER BÄUERLICHE PIONIER

MITTEILUNGSBLATT DER FÖRDERUNGSGEMEINSCHAFT
FÜR GESUNDES BAUERNTUM

NÖBAUERSTRASSE 22, 4060 LEONING
Telefon/Fax (0732) 67 53 63

Nr.2 – Mai 2018 – 38. Jahrgang



Inhalt

Am Boden bleiben – Hermann Pennwieser	2
10 Empfehlungen zur Bodenbearbeitung – Hermann Pennwieser	4
Im wunderschönen Monat Mai – Heinrich Heine	6
Der Hintergrund des Hackens von Kulturpflanzen nach der tausende Jahre traditionellen Dammkultur im Ackerbau – Johannes Doppelbauer	6
Altes Kräuterwissen wieder entdeckt	8
Flächenkompostierung und ständige Bodenbedeckung als Mittel zur Humusbildung – Timo Kuntze	10
Kräuterheilkunde – Verein St. Georgener Bergkräuter	14
Er ist's – Eduard Mörike	27
Rusch-Artikel – Fortsetzung	28
103. Artikel Herbst 1982: Übertragung der Erbsubstanzen“	28
104. Artikel Sommer 1983: Der lebendige Garten als Quell der Gesundheit“	29
105. Artikel Christmonat 1983: Qualitätstestung von Nahrungspflanzen“	30
Mutter – Johannes Trojan	32

Am Boden bleiben

Hermann Pennwieser, Buchbeitrag anlässlich des 80. Geburtstags von Josef Riegler

„Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein“, sagte Hippokrates schon vor zweieinhalbtausend Jahren.

Im Rückblick auf die Geschichte der Menschheit zeigt sich: Hochkulturen entwickeln sich immer dort, wo fruchtbarer Boden so viele und so gesunde „Lebensmittel“ hervorbringt, dass neben der täglichen Nahrungssuche Zeit für andere Tätigkeiten bleibt. Durch die daraus folgende Entstehung verschiedenster Berufe wächst der Wohlstand. Für eine zunehmende Anzahl von Menschen ist es dann in einer solchen arbeitsteiligen Gesellschaft nicht mehr nötig, sich über die Lebensmittelversorgung Gedanken zu machen, weil Essen ausreichend oder sogar im Überfluss vorhanden ist. Die vielen neuen nicht unmittelbar existenznotwendigen Tätigkeiten und Errungenschaften verselbständigen sich allmählich und nehmen immer größeren zeitlichen und finanziellen Raum ein. Um den zunehmenden Wohlstand mit seinem hohen Verbrauch an Ressourcen aufrechtzuerhalten, ergibt sich aber auch die Notwendigkeit, diese Ressourcen zunehmen zu beanspruchen und letztendlich auch zu plündern.

In unserer derzeitigen abendländischen Hochkultur zeigt sich dies beispielsweise an der Tatsache, dass viele Menschen monatlich mehr Geld für Mobilität oder für digitale Kommunikation als für Ernährung ausgeben – und weil es halt so schwer ist, sich von Annehmlichkeiten auch wieder zu trennen und sich im „weniger“ und „langsamer“ zu üben, wird gerne beim vermeintlich so selbstverständlichen Grundbedürfnis Essen gespart. Auch politisch sinkt die Bedeutung der Landwirtschaft deshalb sukzessive, symbolhaft beispielsweise zu einem

„Ministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus“.

Die dadurch weltweit unter starken Druck geratenden Bauern zahlen einen hohen Preis dafür, da sie in unsere sogenannte „freie“ Marktwirtschaft eingebettet sind, die zum Dogma erhebt, dass Güter dort hergestellt werden sollten, wo die Produktionskosten am geringsten sind. Notgedrungen müssen die Landwirte ihre Betriebe sehr stark auf die finanzielle Ebene fokussieren, um „wettbewerbsfähig“ zu bleiben. Dies führt nicht nur zu seelischem Stress, sondern zu einem existenziellen Verdrängungswettbewerb, in dem jene übrigbleiben, die am meisten „herausholen“. Die weltweite Degradation der Böden in unserer Kultur spiegelt diese Entwicklung genauso, wie sie auch in der rückblickenden Beobachtung zum Niedergang anderer Hochkulturen geführt hat.

Ein Schlüssel für diese zunehmende Bodenverarmung lag und liegt in der zunehmenden Verstädterung, da es in einer hoch differenzierten Gesellschaft nicht mehr notwendig ist, dort zu leben, wo die Nahrung wächst. Dies hat zur Folge, dass die wichtigste Grundlage für hohe Bodenfruchtbarkeit schwindet, und zwar die Rückführung der verdauten Lebensmittel in den Boden, um den Kreislauf des Lebens geschlossen zu halten. Zumal die leider auch heute noch gelehrte Theorie, diese Nährstoffe durch Mineraldünger ersetzen zu können, einen Irrglauben darstellt, weil dabei nur wenige Elemente berücksichtigt werden. Ganz zu schweigen von der Störung des Kreislaufs durch ein Herbizid namens Glyphosat, das als Antibiotikum patentiert ist.

Eine bahnbrechende aktuelle Studie belegt, dass Exkremate von Kühen, die auf jener

Fläche ausgebracht werden, von der ihr Futter stammt, dort eine höhere Bodenfruchtbarkeit aufbauen, als wenn dieser Kreislauf unterbrochen ist. Viele Eiweißbausteine und sogar Mikroorganismen werden von den Pflanzenwurzeln aus dem „Gewebe“ Humus direkt aufgenommen. Wenn Tiere oder auch wir Menschen diese Pflanzen essen, findet der gleiche Vorgang in unserem Darm statt, indem sich die Darmzotten ausstülpfen und diese so genannten „Mikro-RNA's“ aufnehmen und auch wieder ausscheiden. Der wissenschaftliche Fachausdruck dafür heißt „Homefield Advantage“ – Heimvorteil – weil diese dann wieder in den Boden zurückgeführten Stoffe schon mit dem Milieu dort vertraut sind. So wie auch wir uns dort leichter zurechtfinden, wo jemand unsere Sprache versteht. Deswegen haben in unserem derzeitigen System der entkoppelten und globalisierten Stoffkreisläufe so viele Menschen eine Sehnsucht nach Lebensmitteln aus der Region.

Wir wissen mittlerweile auch, dass Eiweißbausteine unserer Nahrung direkt in unsere Körperzellen eingebaut werden und dort beispielsweise nach dem Essen bestimmter Heilkräuter die Abwehr von Erregern bewirken. Die sogenannten „sekundären Pflanzeninhaltsstoffe“ – ätherische Öle, Salvestrole, Gerbstoffe – sind ein Schlüssel für unsere Gesundheit, sie wirken immunstärkend, entzündungshemmend und krebsvorbeugend. Diese Stoffe haben durch die Intensivierung des Ackerbaues in den letzten hundert Jahren in unseren Lebensmitteln zwischen 50 und 90 Prozent abgenommen, ebenso schwinden Gehalte an Mineralstoffen und Spurenelementen signifikant. Und der Stickstoff in unserem Körper stammt mittlerweile zu etwa 40 % aus großtechnisch gespaltenem Luftstickstoff. Unser Mikrobiom – die Gesamtheit der uns Menschen besiedelnden Lebewesen, insbesondere die Darmflora – interagiert direkt mit dem Gehirn. So beeinflusst die Nahrung unsere Stimmungslage, das kognitive Denken und

die Anfälligkeit für Stress und psychische Störungen, ja steuert sogar die Aktivität von Genen über Generationen hinweg. „Du bist, was du isst.“ (Steiner)

Fruchtbarer Boden und sein Humus ist ein lebendiges Gewebe aus eiweißartigen Verbindungen. Und neueste Forschungen belegen, dass Eiweiß durch Wellen von Licht oder Musik in seiner Form und Funktionalität verändert werden kann. Deshalb ist auch beim Boden – so wie bei uns Menschen – nicht nur eine gute Versorgung mit Nährstoffen, Wasser und Luft lebensnotwendig, sondern auch Zuwendung, Kommunikation und Empathie. Die in die Pflanzen aufgenommen Eiweißverbindungen spiegeln dies wider und so ist auch unser Körper ein Abbild jenes Bodens, aus dem wir kommen und ernährt werden.

Es gibt die Theorie, dass die zunehmende Gier nach materiellen Gütern und der damit einhergehende zunehmende Egoismus nichts anderes ist als der – unbewusste – Versuch, den Hunger zu stillen, den unsere minderwertige Ernährung verursacht.

Im Gegensatz zu unserem exponentiell wachstumsorientierten Wirtschaftssystem funktioniert die Natur in Regelkreisen, welche beispielsweise Bodenlebewesen in einem Wechselspiel zwischen Wachstum und Schrumpfung gegenseitig im Gleichgewicht halten. Diese Fähigkeit zur Selbstregulation, Resilienz genannt, sollte uns ein Vorbild in der Betriebswirtschaft werden. Denn das derzeit erwünschte stetige Wachstum hat uns eine der größten schlummernden agrarpolitischen Bomben beschert, und zwar in Form der immer schwerer werdenden Maschinen. Die dadurch verursachten Bodenverdichtungen verringern Fruchtbarkeit und Grundwasserneubildung sowie verstärken Hochwasser. Die Brisanz liegt in der Unterbodenverdichtung, denn hier helfen keine breiteren und größeren Reifen, sondern es zählt alleine das Gewicht.

Wir brauchen also einen politischen Paradigmenwechsel und Lenkungsinstrumente mit der Zielformulierung, die landwirtschaftlichen Betriebsstrukturen wieder kleiner zu machen. Das folgert: leichtere Maschinen, einen kleineren ökologischen Fußabdruck, mehr Arbeitsplätze, mehr Zeit, mehr Zuwendung und eine zunehmende Qualität der Lebensmittel. Der Schlüssel für eine gedeihliche Zukunft liegt in der

kleinbäuerlichen Landwirtschaft, die im Kreislauf wirtschaftet.

Ein abschließender Rückblick in die Geschichte lehrt: Die Menschheit hat immer dann Kurswechsel vorgenommen, wenn entweder der Leidensdruck zu groß wurde oder wenn Einsicht eingesetzt hat. Ich wünsche mir letzteres.



10 Empfehlungen zur Bodenbearbeitung

Hermann Pennwieser, Bio Bauer, Schwand/Hof

1. **Sein lassen:** Fruchtbarer Boden ist ein lebendiges Gewebe, das wie unser Körper über einen dynamisch fließenden Stoffwechsel, über Selbstregulation und Kommunikation seinen hohen Ordnungszustand aufrechterhält.

Die beste Bearbeitung wird vom Edaphon durchgeführt. Die Bodenlebewesen durchmischen, durchlüften, verdauen, verkleben

und aggregieren die Erde auf unnachahmlich genialer Weise. Und wir haben kein einziges Gerät, das vertikal arbeitet und dabei lüftet und drainiert – das können nur die Regenwürmer.

2. **Sich einfügen:** Je besser diese Lebenskraft und Pufferfähigkeit des Bodens – vergleichbar mit unserem Immunsystem, desto weniger ist von Bedeutung, welche Geräte

verwendet werden – und umgekehrt. Entscheidend sind eine vielfältige Pflanzengesellschaft aus Haupt- und Zwischenfrüchten sowie Beikräutern, insbesondere deren Wurzelbildung sowie ein geschlossener organischer Stoffkreislauf.

Die immer stärker werdende Technik sollte uns nicht dazu verführen, die Natur und den Boden „in den Griff“ bekommen zu wollen.

3. **Zuwendung:** Huminstoffe sind eiweißartige Verbindungen. Und neueste Forschungen belegen, dass Eiweiß durch Schwingungswellen von Licht oder Musik in seiner Form und Funktionalität verändert werden kann. Auch Pflanzen und Bodentiere reagieren hochsensibel auf verschiedenste Umweltreize.

Deshalb ist auch beim Boden – so wie bei uns Menschen – nicht nur die gute Versorgung mit Licht, Luft, Wasser, Wärme und Nährstoffen lebensnotwendig, sondern auch Zuwendung, Kommunikation und Empathie.

In wenigen Jahren werden auf unseren Feldern autonome Roboter wie jetzt schon am Rasen herumfahren. Wir sollten uns Regeln und Grenzen für deren Einsatz überlegen, damit nicht aus einem möglichen Segen ein Fluch wird wie bei jenen Kindern, die anstatt Zuwendung zu erfahren nur mit digitalem Spielzeug ruhiggestellt werden.

4. **Technische Vielfalt:** Je einseitiger die mechanischen Eingriffe in den Boden, desto einseitiger kommt auch die Gegenreaktion der Natur. Beispielsweise selektiert man bei vorrangig flacher Bearbeitung andere Beikräuter und Mikroorganismengesellschaften als bei tiefer oder wendender

Bearbeitung. Abwechslung bei der Verwendung von Geräten erhöht auch hier die Vielfalt.

5. **„In der Gare bleiben“:** Der Boden sollte immer nur so tief und so intensiv bearbeitet werden, dass die oberste, biologisch aktivste Zone nicht zerstört oder in sauerstoffarme Bereiche vergraben wird. Je stabiler die Krümel und je tiefer diese aktive Garezone mit entsprechend hohem Luftporenanteil entwickelt ist, desto tiefer kann gearbeitet werden, ohne die Schichtung zu verändern.
6. **Krümelschonend arbeiten:** Entscheidend für schonendes Arbeiten ist weniger die Menge an bewegtem Bodenvolumen als vielmehr die Belastung der Krümel durch die Auftreffgeschwindigkeit der Werkzeuge. Humusabbau durch Bearbeitung findet in erster Linie im Mikrobereich statt, wo Ton-Humus-Komplexe mechanisch aufgebrochen und die in ihnen gespeicherten organischen Stoffe mineralisiert werden.
7. **Homogen arbeiten:** Bei der Einarbeitung organischer Stoffe ist sehr wichtig, diese gut zerkleinert gleichmäßig einzumischen, um eine möglichst große Kontaktfläche zur Erde und ihren Lebewesen herzustellen. Je tiefer die Einarbeitung, desto wichtiger ist dies. Ansonsten entstehen im Boden sauerstoffarme Zonen, aus denen Stickstoff ausgegast wird und in denen Fäulnis entsteht.
8. **Richtigen Zeitpunkt wählen:** Vor maschineller Bearbeitung sollte man immer mit dem Spaten aufgraben, den Boden „begreifen“ und Feuchtigkeit, Temperatur sowie Geruch mit den Sinnen beurteilen. Es ist nicht möglich, aus der Traktorkabine heraus oder mithilfe

neuartiger Sensoren stimmige Entscheidungen zur schonendsten Bodenbewegung zu treffen.

9. **Verdichtungen vermeiden:** Nur bei ausreichend trockenem Boden können Bodenverdichtungen und Scherungen (Verschmierung) vermieden werden. Zudem werden die massiven Auswirkungen zu schwerer Maschinen auf den Unterboden unterschätzt. Hier unten nützen auch keine breiteren Reifen, es zählt nur das Gewicht.

Und da sich der Klimawandel mit seinen Extremwetterereignissen

dramatisch beschleunigt, werden zukünftig nur wieder kleiner werdende Betriebe mit leichter Technik und großer Flexibilität in der Bearbeitung die Lebensmittelproduktion aufrechterhalten können.

10. **Lebendverbauung nach Bearbeitung:** Jede Bodenbearbeitung ist eine Verletzung der natürlichen Haut der Erde, die zum Heilen Zeit und Pflege braucht. Je schneller der Boden wieder begrünt und durchwurzelt wird, desto besser ist die Regenerations- und Ertragskraft.

Im wunderschönen Monat Mai

**Im wunderschönen Monat Mai,
Als alle Knospen sprangen,
Da ist in meinem Herzen
Die Liebe aufgegangen
Im wunderschönen Monat Mai
Als alle Vögel sangen,
Da hab ich ihr gestanden
Mein Sehnen und Verlangen**

Heinrich Heine

Der Hintergrund des Hackens von Kulturpflanzen nach der tausende Jahre traditionellen Dammkultur im Ackerbau

Johannes Doppelbauer

Ursprünglich, und damit ist gemeint seit dem es aus Mesopotamien Aufzeichnungen gibt,

wurden die Kulturpflanzen alle auf Dämmen angebaut und auch großteils gehackt.

Gehackt wird nicht nur, um die Kulturpflanzen von Beikräutern zu befreien, die bekanntlich Nährstoff-, Licht-, und Wasserkonkurrenz sind, sondern auch wegen der Wurzelausscheidungen der Beikräuter (Phytonziden). Phytonzide sind Flüssigkeiten, die Pflanzen ausscheiden, um Wurzelraum zu reservieren, aber auch um fremde Wurzeln abzutöten und diese als hochwertige Nährstoffe aufzunehmen.

Das Wesentliche beim Hackvorgang in der Dammkultur ist aber das Wachstum der Kulturpflanzen anzuregen, indem Luft in den Boden kommt. Der Effekt ist ähnlich, als wenn eine Topfpflanze in einen größeren Topf umgepflanzt wird. Es geht also darum, die Pflanzen zu mehr Wachstum anzuregen, indem für deren Verdauungsorgane, die Wurzeln bzw. deren Spitzen, an denen ja das meiste Bodenleben stattfindet, wieder aerobe Bedingungen geschaffen werden.

Das meiste Bodenleben im Flachbau befindet sich in den obersten 5-7cm, weil eben dort auch der meiste Luftaustausch stattfinden kann. Im Laufe der Vegetation reichert sich der Boden immer mehr mit CO² an, das von den Bakterien, die Sauerstoff einatmen, ausgeschieden wird. Der Hackvorgang bewirkt, dass wieder frischer Sauerstoff in den Boden kommt und auch Verkrustungen aufgebrochen werden und so die „Bodenatmung“ wieder um ein Vielfaches verbessert wird.

Noch effektiver ist es natürlich, wenn die Kulturpflanzen auf Dämmen stehen, so kann das schwerere CO² an deren Flanken wieder austreten und als sehr wichtige „Nahrung“ für die Pflanzen zur Verfügung gestellt werden.

Natürlich wird auch ein Teil des Bodenlebens beim Hacken durch Quetschung oder Austrocknung abgetötet. Abgetötetes, vorwiegend Mikroorganismen, bildet dann „Leichensäfte“, die als hochverdauliches Eiweiß/Stickstoff ebenfalls den Pflanzen wieder zur Verfügung stehen.

Weiters werden durch das Hacken die Kapillaren unterbrochen und damit wird die Verdunstung unterbunden.

So konnte zum Beispiel Rudolf Hoheneder in Kirchberg am Wagram, NÖ - letztes Jahr - mit nur 217mm Niederschlag ab Jänner, ohne Bewässerung mit der Dammkultur wunderbares Gemüse hervorbringen, was in der Beetanbauweise unmöglich gewesen wäre.

Eine weitere Besonderheit ist die Steuerung des Hackgerätes in der Dammkultur nach Turiel:

So werden bereits spätestens bei der Saat - mit langen schmalen Scharen - Rillen in die Dammtäler gezogen. Diese findet der Hackenpflug, der sowohl zur Grundbodenbearbeitung, zur Saat, als auch zum Hacken verwendet wird, wieder.

So ist es möglich, dass sich das Gerät von sich aus exakt auf den cm genau führt, ohne jeglicher weiterer technischer Hilfsmittel (die Unterlenker des Traktors müssen frei sein, um nicht den Lenkfehlern des Traktorführers ausgeliefert zu sein).

Die Scharen sind nur 5,5 cm breit und berühren daher, im Verhältnis zur Gesamtarbeitsbreite, kaum den Boden. Das Hacken wird mit Rundeisen durchgeführt, die alles, was neben der Reihe steht, ausreißt. Die Wurzeln der Kulturpflanzen werden dabei geschont bzw. können zum Großteil ausweichen und werden nicht abgeschnitten.

Die eigentliche Beikrautregulierung in der Dammkultur nach Turiel findet bereits vor der Aussaat der Kulturpflanzen statt.

So wird für die wärmeliebenden Pflanzen - z.B. für Soja und Mais - der Damm bereits ca. 1 Monat vorher gezogen, um den Boden im Frühjahr, durch die vergrößerte Oberfläche, entsprechend „aufzuwärmen“. Dies hat auch zur Folge, dass die Mikroorganismen durch die Wärme anfangen zu arbeiten und CO² ausstoßen. Das ist wiederum wesentlich, da die meisten Frühlingskeimer erst dadurch einen Keimreiz

bekommen. Denn die Beikräuter brauchen großteils nicht nur Wärme und Wasser zum Keimen, sondern auch CO². Denn für die Beikrautsamen ist ein hoher Besatz an Mikroorganismen ein Garant dafür, dass genügend Nährstoffe für ein gutes Wachstum vorhanden sind und letztendlich für eine erfolgreiche Samenbildung/Vermehrung die Chancen gut sind.

Nach Turiel sollten daher z.B. Mais und Soja erst ab Mitte Mai gesät werden und der Damm aber vorher, wenn es entsprechend trocken ist, 1 bis 2 Mal in einer „Simulationvariante“ gehackt werden, um bereits im Vorfeld die im Weißfadenstadium befindlichen Beikräuter zu beseitigen.

Ein weiterer Hintergrund ist, dass frostempfindliche Pflanzen in Kältephasen in

ihre frischen jungen Zellen weniger Wasser einlagern, um sich gegen Frost abzusichern. Leider heißt das dann auch, dass die Pflanzen bei weitem nicht mehr so wüchsig sind. Oft ist es dann eben so, dass der 3 Wochen später angebaute Mais das leicht wieder aufholt und ertraglich kein Unterschied ist. Die Beikräuter können damit meist besser umgehen und wachsen gerade im Biolandbau der Kulturpflanze davon. Daher ist meist der beste Zeitpunkt der Saat nicht jener, wenn der erste im Dorf mit der Sämaschine eine Runde zieht... aber das wissen die meisten Bio-Bauern eh schon.

Wenn der Boden warm ist, wachsen die Kulturpflanzen regelrecht allem davon und es kann in manchen Jahren auch möglich sein, dass nur ein Hackdurchgang ausreicht, um fast 100% reine Bestände zu erzielen.

Altes Kräuterwissen wieder entdeckt

Fortsetzung aus dem gleichnamigen Buch von Inga-Maria Richberg

Knoblauch, der beste Freund des Gärtners! - seine pilz- und bakterientötende Wirkung ist überdurchschnittlich und allgemein bekannt. Er ist ein natürliches Antibiotikum für Mensch und Pflanze.

Er enthält das stark duftende ätherische Öl Allicin und vor allem Allin, eine Schwefelverbindung, die Pilze und Bakterien vernichtet. Diese Wirksamkeit ist allerdings nur dem natürlichen Knoblauch eigen, die geruchlosen Knoblauchpillen besitzen ihn nicht. Nur eine natürliche gesunde Pflanze ist voll einsatzfähig mit allen ihren Eigenschaften, ganz besonders mit ihren Heilkräften. Zu aller Erst zeigt der Knoblauch seine Heilkraft als Beizmittel für Samen z.B. bei Tomaten als Vorbeuge bei Krautfäule oder bei mehltauanfälligen Zierpflanzen.

Mit Ausnahmen von Hülsenfrüchten Erbsen, Bohnen, Kohl und Lupinen, ist Knoblauch bei

nahezu allen anderen Gemüsen, Obst und Blütenpflanzen ein gern gesehener Gesundheitspartner. Er hält Gurken von Mehltau frei, Erdbeeren und Himbeeren von Grauschimmel und Rutenkrankheit, Tomaten vor Graufäule, Erdbeeren vor Milben und Älchen.

Auch Obstgehölze, besonder Spalierobst gedeihen besser, wenn zu ihren Füßen Knoblauch wächst. Schorf, Monilia, Pfirsichkräusel-krankheiten treten wesentlich schwächer auf.

Genauso hilfreich ist der Knoblauch im Blumengarten, seine pilzverhütende Wirkung vor allem bei Zwiebel- und Knollenpflanzen, bei Tulpen und Lilien. Sternrußtau und Mehltau verschwindet bei Rosen.

Eine vorzügliche Partnerschaft besteht zwischen Knoblauch und Staudenphloxe.

Letztere ist sehr anfällig gegen Mehltau, aber fast noch mehr gegen Wurzel- und Stengelälchen, die die Triebe zum Ausbrechen bringen und damit den Stock schwer schädigen. Wo Phlox paniculata in enger Gemeinschaft mit Knoblauch wächst, ist er gesund!

Besonders gefährdete Pflanzen vor allem mit Grauschimmel und Mehltau sind mit Knoblauch Jauche oder Knoblauchtee zu behandeln und zwar direkt zu spritzen (Jauche: ½ kg zerhackte Knoblauchzwiebel in 10l Wasser, 1-3 Wochen vergären lassen, 1:10 verdünnen) (Tee: 10g feingehackte Zehen mit 1l heißem Wasser übergießen, 24h ziehen lassen, 1:3 verdünnen)

Tomaten, vielseitige Helfer! – vor allem zur Schädlingsabwehr, wobei seine Wirkung vorwiegend durch den intensiven Geruch des Krautes erklärt wird. Die Tomate ist ein Nachtschattengewächs und stammt aus der neuen Welt (Liebesapfel von Peru). Sie enthält das hochgiftige Alkaloid Solanin mit saponinähnlicher Wirkung sowie das pilztötende Tomatin. Vor allem im Gemüsegarten sind die Tomaten unverzichtbare Gesundheitspartner und werden von fast allen Gemüsegeschwistern geliebt. Nicht geliebt, dh. ihre Gesellschaft wird nicht vertragen von Kartoffeln, Roten Rüben, Erbsen und Fenchel.

Sehr geliebt wird ihre Gesellschaft von allen Wurzelgemüsen (Karotten, Radieschen, Sellerie, Rettich), Salat, Spinat, Lauch, Bohnen, alle Kohllarten, Spargel, deren Schadinsekten von ihrem starken Geruch verschreckt wird.

Die Tomate wächst am liebsten jedes Jahr am gleichen Platz, sie liebt am meisten ihren eigenen Mulch aus dem eigenen Ausgeizlaub, bzw. ihren eigenen Kompost. Gar nicht geliebt wird der Geruch des Tomatenlaubes von den Kohlschädlingen (Kohlweißling, Kohlflyge).

Mit Wohlgeruch gegen Blattlaus und Co.

Lavendel, Thymian und Salbei, Rosmarin, Basilikum, Bohnenkraut, Dill, Kerbel,

Kapuzinerkresse, Katzenminze, bei all diesen angeführten Kräutern wirken die in ihnen wirkenden ätherischen Öle. Es liegt an jedem Gartenbesitzer für seinen Garten das für ihn passende Kraut zur Schädlingsabwehr zu finden. Es ist eine Fülle von hierfür brauchbarem Material vorhanden. Es ist von der Schöpfung dafür in wunderbarer Weise gesorgt, dass für jedes Übel eine Heilpflanze wächst, man braucht sich nur darum zu kümmern.

Jauchen der drei ganz besonders wirksamsten Heil- und Wachstumskräfte aus hervorragenden Ursprungspflanzen:

1) Brennnessel (*Urtica dioica*, die hochwachsende, *Urtica urens*, die niedriger bleibende), die Wirksamkeit ist die gleiche, Rudolf Steiner bezeichnet die Brennnessel als sehr ordnungsliebendes Element (sie würde den ganzen Boden „durchvernünftigen“), sie wird ja auch zu den biologisch-dynamischen Präparaten verwendet. Man füllt das grüne Kraut in Holz- Plastik- oder Emailgefäß nicht ganz bis oben, da das Produkt ja gärt; rührt des öfteren den ganzen Inhalt um, das genügend Sauerstoff dazu kommt; gibt einige Hände voll Urgesteinsmehl zur Bindung von Gerüchen dazu und legt ein Gitter drauf um Abstürze (Vögel) zu vermeiden. Nach ca. 2 Wochen, die Jauche ist dunkel geworden und schäumt nicht nach, ist sie gebrauchsfertig und soll verdünnt werden 1:10.

Brennnesseljauchen ergeben einen idealen Dünger für biolog. Gärten, fördern Wachstum- und Chlorophyllbildung und freuen die Regenwürmer.

2) Beinwell oder Comfrey *Symphytum officinale* sind stark eiweißhaltige Heilpflanzen, die Comfreybrühe ist stark stickstoff- und kalihaltig. Kann genauso zubereitet werden wie Brennnesseljauche und so wie diese bei den meisten Gemüsen

verwendet werden, ganz besonders jedoch bei Tomaten.

- 3) Ackerschachtelhalm – Brühe; von diesem Kraut, auch Zinnkraut oder Katzenschwanz (*Equisetum arvense*) genannt, werden 1kg frisches oder

150g getrocknete Pflanze 24 Stunden in 10l Wasser eingeweicht. Am nächsten Tag lässt man diese Brühe ½ Stunde leise kochen, abseihen und abspülen. Sie wirkt intensiv pilzvernichtend, nicht nur vorbeugend.



Flächenkompostierung und ständige Bodenbedeckung als Mittel zur Humusbildung

Timo Kuntze, Dresden

Die gelegentlich gemähte Wiese inmitten meiner Gartensparte weist ideale lehmige Braunerde auf. Die Böden der Kleingärten sind hingegen weitgehend humusarm bis humusfrei. Sobald die Erde abtrocknet, rinnt sie wie Sand durch die Finger. Viele Generationen von Schrebergärtnern trugen in über 100 Jahren mit ihrer Arroganz gegenüber dem Natürlichen, ihrem fanatischen Ordnungswahn sowie verantwortungslosem Umgang mit Chemiedüngern und sog. Pflanzenschutzmitteln dazu bei.

Meine Hoffnung, mit Haufenkompostierung und biologischer Bewirtschaftung daran etwas durchgreifend zu verbessern zu können, erfüllte sich auch nach über einem Jahrzehnt nicht. Bestimmt handelte es sich nur um Nährhumus, der gemessen an den anderen Parzellen mir überdurchschnittliche Erträge schenkte. Aber nur Dauerhumus vermag die Bodenstruktur nachhaltig zu verändern. Deshalb ging ich vor etwa 2 Jahren zur Flächenkompostierung über. Dies fiel mir leicht, da ich bisher den Garten stets mulchte, was ja schon eine Vorstufe der Flächenkompostierung darstellt. Nun vertiefe ich alle Küchenabfälle und andere

spontan sich ergebende organische Materialien dünn auf ein jeweils anderes Gartenareal. Danach breite ich die Mulchdecke oder Pflanzenblätter wieder darüber. Diese Schattengare fördert die Verrottung. Das Bodenleben derart behandelter Flächen entwickelt sich so wirklich vielfältiger. Darum muss die Oberfläche möglichst lange Zeit ungestört bleiben. Nach dem spätherbstlichem Abernten streue ich Urgesteinsmehl und hebe Falllaub darauf. Diese Deckschicht lockere und durchmische ich besonders in milden und nassen Wintern mit dem Grubber, um Fäulnis vorzubeugen; ähnlich wie das Vögel bei der Futtersuche auch tun. Ausgangs des Winters bessere ich die Laubdecke an einigen Stellen aus. Ein paar Wochen später ebenso, wenn die Bodenlebewesen sie zunehmend zersetzen und die Vögel sie als Nistmaterial benötigen. Dafür hebe ich im Herbst ein Dutzend Säcke mit trockenem Laub auf. Bis die meisten Flächen im Mai wieder bestellt werden, lasse ich dieses halbe Jahr eine Art Wild- bzw. Grünbrache wachsen. Daher wird die Ernte im Jahr zur einen Hälfte von meinen Vorstellungen beansprucht. In der anderen Hälfte kann sie frei wählen, welche Gewächse sie zum Ausgleich und Wohlbefinden benötigt.

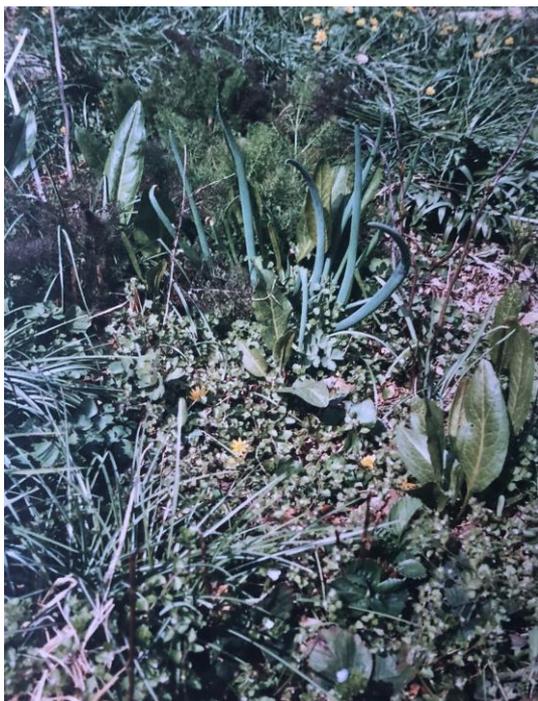


Foto 1: Ende März ist, der herbstliche Laubmulch schon fast vollständig durchgrünt. Das Meiste davon lässt sich genießen. Von vorn nach hinten sehen wir Ehrenpreis, Erdbeeren, Scharbockskraut, Breitblattkresse, Winterheckenzwiebel, Akelei, Fenchel sowie das Laub von Krokus und Traubenhyazinthe.

Dies scheint mir eine ziemlich ausgewogene Partnerschaft darzustellen. Freilich muss ich eingestehen, dass ich dabei mit den Wildpflanzen etwas nachhelfe. Zwischen März und Mai geben die meisten Gärten (außer den aufwendigen Nutzungen von Frühbeeten und Treibhäusern) noch nichts her. Gerade aber jetzt nach dem Winter, wenn die eingelagerten Vorräte zur Neige gehen, braucht man Frisches. Diese Lücke vermögen nur die immer noch diskriminierten Unkräuter auszufüllen. Es handelt sich um heimische, alljährlich austreibende sowie auch gegenüber Nacktschnecken robuste Pflanzen. Ich holte mir diese pflegeleichten Vitaminspender in den Garten, sofern sie da noch fehlten. Dort habe ich sie alle beieinander und die Gewissheit, dass sie nicht mit Schadstoffen belastet sind.

Man muss nur ein Auge darauf haben, dass einige von ihnen wie Giersch, Scharbockskraut, Brennnessel oder Walderdbeeren nicht zu dominant werden. Wintergrüne Bodendecker (Feldsalat, Kerbel, Löffelkraut, Barbarakraut, Winterportulak, Walderdbeeren) dürfen nirgends fehlen. Sobald der Schnee schmilzt, zeigen sich schon Ehrenpreis, Löwenzahn, Miere und Winterheckenzwiebel. Vom Vorjahr sollte man stets ein wenig Petersilie, Pastinaken und Endivien (die Letzteren nicht im Herbst zu tief abschneiden) belassen, die bis zur Blüte viel Blattmasse noch hervorbringen. Das Scharbockskraut ist wohl der schmackhafteste und flächendeckendste Frühjahrssalat. Zudem blüht es im sattesten gelb und zieht rechtzeitig ein, bevor die Hauptkulturen folgen. Daneben gibt es noch viele früh austreibende essbare Kräuter wie beispielsweise Beinwell, Minze, Sauerampfer, Melisse, Bärlauch, Lauch-

Scheiben-Schötchen, Knoblauchrauke, Gundermann, Pimpinelle, Breitblattkresse.

Nicht zu vergessen die teppichbildenden Frühjahrsblumen wie Lungenkraut, Walmeister, Frauenmantel, die sich zur Teebereitung eignen. Wer Wildkräuter zu gebrauchen versteht, hat kein Problem, damit im Frühjahr die herbstliche Laubaufgabe schnell und lückenlos zu begrünen. So lässt sich die Winterfeuchte über den kritischen Zeitraum der Frühjahrstrockenheit bewahren. Die Pflanzenblätter schichten sich ähnlich einem Miniaturwald stockwerksartig übereinander. Luft und Wasser können zum Boden durchdringen, während die Sonnenwärme und der Wind weitestgehend abgehalten werden. Frühjahrsgründungen stellen keinen guten Ersatz für natürlichen Bewuchs dar. Außerdem dauert deren Auflaufen zu lange, da die Bodenwärme erst Anfang Mai einsetzt.



Foto 2: Ein 2m x 5m schmaler Streifen meines Kleingartens, der (bereits Mitte Mai 2010, als dieses Foto entstand) eine völlig geschlossene Bodenoberfläche von zum Teil mehreren Etagen aufwies. Vorn hüllt der teppichartige Waldmeister mit seinen weißen Blüten die Mai- oder Ramschatkabeere ein. Den Stammfuß der Birne beschattet Beinwell, dahinter schon

erntefähiger Rhabarber. Die Erdbeeren unter den Himbeeren vorn rechts sind schon nicht mehr sichtbar. Hinter ihnen am Zaun beginnen neben der Schwarzen Johannisbeere bereits Akeleien aufzublühen. Vorn links am Klee grasweg recken sich die abgeblühten Tulpenstiele und himmelblaue Vergissmeinnicht empor. Obwohl der Boden intensiv genutzt wird, erfolgt seine Bewirtschaftung extensiv, ähnlich einem Waldgarten. Rechts daneben ein konventioneller und ordentlich gepflegter Kleingarten. Der nackte Boden ist dort größtenteils noch unproduktiv und der Witterung schutzlos ausgesetzt.

Kresse keimt zwar schneller, doch sie wirkt sich, falls man sie nicht restlos entfernt, auf viele Folgekulturen negativ aus. Eine Möglichkeit böte sich in der Herbstsaat von überwinternden Spinat. Wenn sein Bestand sich im Mai schließt, kann er auch als Gemüse Verwendung finden. Bei der Flächenkompostierung gilt es vor allem darauf zu achten, dass nicht in die oberste Deck- und Erdschicht hinein gesät oder gepflanzt wird. Den Mulch schiebt man dazu beiseite, ebenso etwa 2cm des Oberbodens. Dieser ist mit vielen kleinen weißen Tierchen durchsetzt, die wie unzählige andere Bodenlebewesen die organische Substanz abbauen. Diese Schicht verhält sich keim- und wachstumsfeindlich. Nach dem etwas tieferen Einsetzen der Jungpflanzen kann alles wieder in richtiger Reihenfolge zugeschoben werden. Bei größeren Samen wie Bohnen, Erbsen, Mauswicken und Sonnenblumen verfährt man so, weil die Keimlinge auch noch eine 5cm dicke Mulchdecke durchbrechen. Bei allen kleineren Samen muss hingegen die Bodenoberfläche in den Saatreihen offen bleiben. Um der Gefahr der Austrocknung zu begegnen, empfiehlt es sich, das Saatgut vorzuquellen, nicht zu zeitig (Bodenwärme) und möglichst nach einem durchdringenden Regen zu säen, Markiersaat beizumischen, sowie bei Bedarf zu gießen, bis sich die ersten Keimblätter zeigen. Das Kennzeichnen mittels Etiketten und Stäben dient später deren leichteren Freischneiden bzw. -rupfen von bedrängenden Beikräutern.

Weit über die Hälfte der Gartenfläche nehmen bei mir mittlerweile Dauerkulturen wie Obstbäume, Beerensträucher, Gemüsetauden (Guter Heinrich, Meerrettich, Rhabarber, Topinambur, Zuckerwurz u.a.) sowie die bisher genannten Krautpflanzen als auch Fenchel, Farn, Süßdolden, Geranium ein. Sofern sie nicht selbst vollständig den Boden schließen, setze ich noch einjährige Lückenfüller wie Duftsteinreich oder Kapuzinerkresse dazwischen. Der Boden bleibt hier im Wesentlichen unbearbeitet. Nur zur Ernte und Pflegearbeiten (wie Rückschnitt) „störe“ ich diese weitestgehend sich selbst überlassenen Zonen. Solcherart Symbiose schont gleichermaßen die Erde vor Eingriffen und mich vor unnützer Arbeit.



Foto 3: Dieser im Vorjahr angelegte Beerensaum begünstigt ein Kleinklima der danebenliegenden Beete. Er besteht aus Herbsthimbeeren, beiderseits von Monatserdbeeren flankiert. Lauchzwiebeln

und Knoblauch dienen ihrer Gesunderhaltung. Die noch freien Stellen des Stroh/Laubgemisches wachsen mit Ehrenpreis und Gundermann zu. An dem versetzbaren Eisengestell werden später die Himbeerruten angebunden.

Ähnliches bewirken Klee graswege, dünne Kiefern Bretter und die Mulchlage. Sie federn Verdichtungen meinerseits ab und verringern das Forttragen von Muttererde am Schuhwerk. Im Sommer steigt der Stoffumsatz der Bodenorganismen stark an. Dann und besonders bei Trockenperioden wird es manchmal schwierig, die gesamten Flächen ständig und abwechslungsreich bedeckt zu halten. Darum gewöhne man sich an, bei jedem Gang in den Garten einen Sack oder Eimer organischen Materials mitzunehmen. Es sind nicht die großen Umbrüche, sondern die alltäglichen Kleinigkeiten, die in ihrer andauernden Beharrlichkeit sichere Veränderungen zeitigen.

Denken wir nur an die Humusanreicherung im Laubmischwald der gemäßigten Zonen. Selbst immer wieder auftretende Katastrophen, die einen herben Einschnitt darstellen, werden Stück für Stück und nach und nach durch die natürliche Sukzession geheilt. Das Ideal ist nicht die Wirklichkeit, aber das Wirkende in ihr.

Ob allerdings meine Flächenkompostierung wirklich zu einer Dauerhumusbildung und Bevorratung führen wird, bleibt abzuwarten. Jedenfalls kann ich nun die einstige Haufenkompostfläche anderweitig nutzen. Zudem erspare ich mir das Umsetzen und Verteilen im Garten.

Der Mensch lebt nur kurze Zeit und ist voll Unruhe. Er geht auf wie eine Blume und fällt ab. Flieht wie ein Schatten und bleibt nicht. (Grabsteininschrift)

Kräuterheilkunde

Verein St. Georgener Bergkräuter, Hohenreith 4, 3243 St. Leonhard/Forst, 0043/2756/29243

Liebe Kräuterfreunde!

Unsere Kleinkräutergärten und Wildsammlungsgebiete liegen zwischen 400 und 850m Seehöhe.

Fernab von Hauptverkehrswegen und Industrie wird die Ernte durchwegs in Handarbeit ausgeführt. Dabei wird besonders auf den jedem Kraut eigenen optimalen Erntezeitpunkt geachtet. (z.B.: Blüten bei Sonnenhöchststand)

Haltbar gemacht werden die Kräuter ausschließlich durch Lufttrocknung und ohne künstlicher Wärme oder metallischer Auflagefläche!

Anbauphilosophie:

Aus Verantwortung gegenüber den universellen Lebensgesetzen kommt für uns nur die biologische Wirtschaftsweise in Betracht. In Erkenntnis ewiger Naturkreisläufe werden durch Dynamisierungsprozesse im Kompostiervorgang dem Boden die natürliche Fruchtbarkeit wiedergegeben bzw. erhalten.

Das getrocknete Gut wird **per Hand** geschnitten und nicht verrieben.

Sämtliche Kräuter unterliegen einer ständigen Kontrolle bezüglich Geschmack und Anteil an ätherischen Ölen.

Überdies ist zu beachten, dass auch alle weiteren Arbeitsschritte wie das Setzen der Pflanzen, jäten, mulchen, das Ausbringen von Pflanzenjauchen, fertigen Kompost, **in Handarbeit** erfolgt!

Dies ist zwar die aufwendigste Art, Kräutertee´s herzustellen, aber so kann die höchstmögliche Qualität von biologischen Produkten erreicht werden!

Für eine Packung Kräutertee (50-60g) wird so eine ganze Arbeitsstunde benötigt!

Unsere Kräutertees sollen dazu beitragen, Ihre Energie und Ausgeglichenheit in dieser hektischen Zeit wiederzuerlangen.

Kräuterheilkunde:

In der Geschichte gibt es keine menschliche Kultur, welche sich nicht mit dem Thema Heilkräuter beschäftigt hat. Wir kennen bereits aus dem alten Ägypten Beschreibungen über Kräuter, deren Anwendung und Wirkungsweise.

(Papyrus „Eber“, 4.400 Jahre alt, Berlin)

Über die Jahrhunderte hinweg haben wir so einen wertvollen und umfangreichen Erfahrungs- und Wissensschatz über Kräuterheilkunde ansammeln können. Nützen wir diesen!

Darüberhinaus ist es wichtig, zu wissen, warum eigentlich Pflanzen (Heilkräuter) auf den menschlichen Organismus positiv wirken können. Hier kommt die erdgeschichtliche Evolution ins

Treffen. Pflanzen (mit deren Mikroorganismen) waren die ersten Lebensformen, welche unbelebte Erde in lebendige Formen umwandelte. Dies war die Grundlage für die weiteren Entwicklungsschritte hin zur Tierwelt und schließlich zum Menschen, so wie wir ihn heute kennen.

Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) muss wieder ein fixer Bestandteil der medizinischen Ausbildung werden, wollen wir der menschlichen Natur Rechnung tragen. Das Wissen um Heilwirkungen und Anwendungsverfahren von Kräutern muss Ärzten und Laien gleichermaßen wieder frei zugänglich gemacht werden. Warum?

- 1.) Verfügbarmachung von Heilmitteln, welche der menschlichen Natur entsprechen.
- 2.) Entlastung der Ärzte und Förderung der Selbstverantwortung der Patienten.
- 3.) Kostensenkung.
- 4.) Vorbeugung gegen Missbrauch. Die freie Verfügbarkeit von Erfahrungswissen der Heilkräuterkunde ist notwendig, um unverantwortliche Scharlatanerie erst gar nicht aufkommen zu lassen.
- 5.) Das hauptberufliche Arbeiten mit Pflanzen und die daraus zu entwickelnden ganzheitlichen Produkte muss jedem frei zugänglich sein. Nur so lässt sich altes Erfahrungswissen überprüfen und weiterentwickeln.
- 6.) Der Mensch selbst ist ein natürlich entstandenes Wesen aus einer langen Kette von biologischen Prozessen. Nur Unwissenheit dieser Zusammenhänge schafft die Grundlage für Ängste und Abhängigkeiten, welche ausschließlich monetären Interessen dienen.
- 7.) **Das Beschäftigen mit Heilkräutern ist Studium des Phänomens Leben an sich.**
- 8.) Es muss Schluss gemacht werden, mit der eigenartigen Idee, der Mensch sei eine Maschine und die Aufgabe des Arztes bestehe darin, diese sofort wieder funktionsfähig zu machen.

Selbst schwerere Erkrankungen haben eine lange Vorgeschichte. Bevor sich diese überhaupt aufbauen kann, haben wir durch die Natur die Möglichkeit, diese erfolgreich auszukurieren bzw. vorzubeugen – in der denkbar einfachsten Form: **mit einer Kräutertee-Kur**

Am besten eignet sich eine richtig zusammengestellte Mischung, um einerseits die Wirkung zu optimieren und andererseits diese auch so lange wie nötig anwenden zu können. Hier ist die Regelmäßigkeit (täglich) und eine gewisse Menge wichtig.

(für einen Erwachsenen ca. 1 Liter/täglich, - maximal bis 3 Liter)

Die Bedeutung der Kräuterkunde ist Sache der Intelligenz, und zwar jener Intelligenz, welche in der Lage ist, folgende Frage zu beantworten:

Ist der Mensch ein natürlich entstandenes oder ein künstlich geschaffenes Wesen?

Ist er ein künstlich geschaffenes Wesen, so ist alles was natürlich ist, für ihn schädigend,

ist er aber ein natürlich entstandenes Wesen, so ist alles, was nicht natürlich ist auf Dauer – schädigend!

Kurmäßige Kräutertee-Anwendung:

<u>Anwendungsdauer:</u>	Einzelorte:	Tees aus jeweils einem Kraut können täglich 3 Wochen lang angewendet werden, 1 Woche Pause und danach nochmals mit einer 3-wöchigen Kur anschließen
	Mischungen:	Kräutertees aus mehreren Kräutern können monatelang angewendet werden, da hier immer auch Nieren unterstützende Kräuter berücksichtigt sind!

Für 1 Liter/Tag und Erwachsener: (maximal 3 Liter/Tag)

2 TL/Kräutermischung mit

1 Liter heißem Wasser*) übergießen und **zugedeckt** ca.

***) nicht kochen!**

10 – 12 Minuten ziehen lassen, abseihen und auf den Tag verteilt trinken

(am besten in eine Thermoskanne geben)

Achtung: Kräutertees nicht mit Weißzucker süßen! Einige Kräuter vertragen sich rein chemisch nicht mit Weißzucker! Entweder gar nicht, oder nur mit biologische, braune Zuckerarten oder Honig süßen.

Durch ständiges Studium alter und neuerer Literatur über Erkenntnisse betreffend Kräuterkunde und deren Erprobung in der Praxis und der vielen Möglichkeiten im biologischen Anbau, bemühen wir uns, unsere vorhandene Qualität noch weiter zu verbessern.

Auf jedem Getränkesektor gibt es eine unübersehbare Sorten- und Geschmacksvielfalt. Nur bei den Kräutertee's noch nicht. Unsere Kräutermischungen zielen darauf ab, eine Vielfalt an Geschmacksrichtungen, unter den bestmöglichen natürlichen Voraussetzungen und unter Beachtung der Pflanzenzusammengehörigkeit zu komponieren und zu etablieren.

Das Kennenlernen unserer Kräutervielfalt als Tee ist eine geschmackliche Entdeckungsreise, welche als „Nebenwirkung“ unsere Gesundheit fördert!

Genießen Sie unsere Kräuter und lassen Sie in der heißen Tasse den Duft, die Farbenpracht und die Lebendigkeit unseres Kräutergartens wieder aufstehen.

„Schau die Pflanze!

Sie ist der von der Erde gefesselte Schmetterling.

Schau dem Schmetterling!

Er ist die vom Kosmos befreite Pflanze.“

(Rudolf Steiner)

Pflanzenheilweise

Wir schreiben ja kein Heilkräuterbuch, betrachten vielmehr die Pflanzenheilkunde nur kurz im Zusammenhang mit anderen Mysterien der Flora. Die Einwirkung der Pflanze auf den Menschen ist ein Mysterium: sie kann heilen und töten, die Sinne schärfen oder stumpfen, vorübergehend im Rausch beglücken, im folgenden „Katzenjammer“ deprimieren, durch Himmel und Höllen führen.

Hier in diesem Abschnitt wird nur Grundsätzliches – auch zwischen den Zeilen – gebracht, was man sich sonst erst mühselig aus vielen, heute oft gar nicht mehr aufzutreibenden, alten Quellen zusammenholen müsste.

Allezeit und überall wurden den Pflanzen mit Recht große Kräfte - „Tugenden“ im Sinne Paracelsi – zugeschrieben.

„Im Stift Paderborn weilte unter der Regierung des Abts Simon, Graf von Sternberg, Anno 1383 ein Edelmann namens *Nebling von Harteneberg*. Zu dem kam unversehens ein Gespenst ins Haus, nannte sich König *Goldemar*, ließ sich aber nie sehen und sagte u. a. auch einmal denen, die um ihn waren, der Christenglaube bestünde allein in Worten, der jüdische in edlem Gestein, aber der heidnische in Kräutern“ (Zimmern, 214).

König *Jakob I.* Von England (1603-25) führt in seiner „*Dämonologie*“ diese Dreiheit als ABC der Zauberei an (König, 615 f.).

Johann Baptista *van Helmont* (1577-1644) hat einen Aufsatz verfasst „*De Virtute magna in Verbis/Herbis/et Lapidibus*“; und als Motto setzte er über seine „*Morgenröthe*“ (Sulzbach, 1683):

„Aus Worten, Kräutern und Gesteinen
lässt Gott viel Wunderkraft erscheinen.“

Shakespeare meint:

„Gar große Kräfte sind's
weiß man sie recht zu pflegen,
die Pflanzen, Kräuter, Stein
in ihrem Innern hegen.“

Der „*Mährische Albertus Magnus*“, Klostergeistliche und Naturkundige, *Andreas Glorez* zitiert Anno 1700 ein „gemeines Sprichwort“:

„In Worten, Kräutern und Gestein,
Beruhen alle Kräfte allein.“ (175)

Johann Caspar *Lavater* (1741-1801) frug schriftlich bei *Cagliostro* an, in was seine Wunderkraft urstände. Antwort: „In verbis, herbis et lapidibus“ (lat.: „In Worten, Kräutern und Steinen“).

Auf ähnlicher Ebene liegt es, wenn I. H. Von Schneebergk 1737 zu Erfurt ein Buch unter dem Titel „Mysterium Sigillorum, Herbarum und Lapidum oder: Vollkommenes Geheimnis derer Sigillen; Kräuter und Steine in der Kur und Heilung aller Krankheiten“ herausgehen ließ.

Die Zahl auch der guten Bücher und Aufsätze über Pflanzenheilweise ist Legion. Ich will deshalb – nochmals betont – in meiner Kurzdarstellung nur das Seltene zusammengefasst bringen, was sich an vielen Orten verstreut findet.

a) Bei der Krankheit wächst die Arznei

(„Ubi Malum, ibi remedium“)

So sagt Paracelsus. Der Paracelsist Oswald(us) *Croll(ius)* († 1609), Leibarzt *Christians I.* von Anhalt und Kaiser *Rudolphs II.* in seiner berühmten „ersten deutschen Pharmakopoe“ (Kiesewetter, 130):

„Unde profectum malum, inde emanet remedium“ (lat: „Von wo das Übel ausgeht, da geht auch das Heilmittel aus“).

Die rosenkreuzerische Grundschrift *„Confessio Fraternitatis“* (Cassel, 1615, c. 2): „Gleich wie aber gemeiniglich an eben demselben orten, da etwan eine neue ungewöhnlich krankheit entstanden, die Natur auch Artzney für dieselbe entdeckt . . .“

Der *„Mährische Albertus Magnus“* widmet sein ganzes VIII. Kapitel der Feststellung: „Wo in einem Land Krankheiten sich finden, da trifft man auch daselbst dagegen wiederum ein von Gott mitgeteiltes Mittel an“, indem er sie durch zahlreiche Exempla erhärtet (Glorenz, 158 f.).

Der echte Graf von Saint-Germain schrieb an Unbekannt unterm 12. Februar 1778 ab Tonnyay (Hessen):

„Je suis aussi médecin de mon métier, mais je n'emploie que des Simples et je vois avec admiration que la Providence a placé dans tous Pays les simples les plus propres à guérir les maladies qui y sont communes“ (Langeveld).

Zu deutsch: „Ich bin auch Arzt von Beruf, aber ich wende nur „Simlicia“ (Einfachstmittel) an und sehe mit Bewunderung, dass die Vorsehung in allen Landen die einfachen (Kräuter) gepflanzt hat, die am geeignetsten sind, die dort landläufigen Krankheiten zu heilen.“ Das deckt sich mit dem, was Lord Bulwer in seinem Rosenkreuzer „Roman“ - dem „Zamoni“ - aus einer alten Handschrift über die Rosenkreuzer anführt als Motto: „Was aber die Bruderschaft der echten Rosenkreuzer auszeichnet, ist ihre wunderbare Kenntnis aller Mittel und Quellen der Heilkunst. Sie wirken nicht durch Zauberkraft, sondern durch einfache Naturmittel.“

Der Tübinger Arzt Emil *Schlegel* 1915:

Auf den Schlachtfeldern bei Wörth und Weißenburg (August 1870) fand er als junger Mann auf den frischen Soldatengräbern die *Calendula* wildwuchernd, die wundenheilende Ringelblume. „Und ganz betroffen – fährt er fort – stand ich 1909 im Hofe des berühmten Ospedale in Mailand, wo der Boden innerhalb der Frauenabteilung ganz mit Kamillen und Hirtentäschel überzogen war. Beide Pflanzen sind große Frauenmittel; sie erscheinen hier wie in Kultur, wovon doch keine Rede sein konnte, denn die betreffende Hospitalabteilung ist auch ‚vorwiegend chirurgisch‘ (88).“

Der mir befreundete Forscher Dr. med. dent. Ernst *Busse* (Halle i. W.) schrieb mir unterm 3. August 1954:

„Kommt z. B. *Senectio Fuxei* im Garten viel vor, dann hat man es mit einer an Frauenbluten leidenden Patientin in diesem Hause zu tun! Ich sehe oft an den um das Haus herum sich entwickelnden Pflanzen bereits das Grundleiden, welches in diesem Hause herrscht. Daraus könnte dann zugleich auch das nötige Heilmittel entwickelt werden. Dr. *Schlegel* sagt einmal in seinem Buche *„Religion der Arznei“*: der liebe Gott meint es so gut mit uns Menschen, er lässt die Heilkräuter vor unserer Tür wachsen, wir müssen dies nur wieder sehen lernen!“

„Die Volksmedizin machte sich einen ‚Rheumatee‘ aus den Rinden von Weiden nach dem alten Glauben, dass dort, wo man sich eine Krankheit holt – hier also in den feuchten Niederungen, an Bächen und in nassen Wiesen – auch das Heilmittel zu finden sei. Tatsächlich fand sich zufällig in der Weidenrinde der Stoff, aus dem das ideale Mittel der Rheumabehandlung wurde, das Salizyl (com lat: „salix“ = die Weide), das von den Chemikern in der Folge verträglicher für den Körper und wirksamer gemacht wurde „ („Koralle“, 1055).

Wieder einmal hat die Volksmedizin etwas vor der offiziellen gewusst, wieder einmal sie um ein wirksames Präparat bereichert. Wobei man sich erinnere, dass das lateinische Wort „Praeparatum“ auf deutsch „Zubereitung“ heißt und es eine Frage ist, ob immer etwas Zubereitetes in der Tat wirksamer ist als etwas Urtümliches. Die isolierten „Wirkstoffe“ sind oft ohne die „Ballaststoffe“ weniger wirksam. Ich verweise in diesem Zusammenhang auf das, was ich hinsichtlich „Tollkirsche gegen Kopfgrippe“ herausgestellt habe „Schrödter, 85).

Meine Ansicht wird bestätigt durch eine kurze, aber treffsichere Notiz „Das Wunder der Heilpflanzen“ in „Neues Europa“ (Stuttgart, Nr. 21 vom 1. November 1956), in der auch die Meinung vertreten wird: im Pflanzen-Komplex gibt es für sich isoliert dastehende Stoffe, die keinerlei Heilwirkung zeigen, aber durch ihr einfaches „Mitvorhandensein“ die heilenden Stoffe potenzieren, d. h. Deren Heilwirkung verstärken, also „Effekt-Multiplikatoren“ darstellen!

Und was den „Zufall“ angeht, so erkennt man auf einer gewissen Stufe: „Alles hat seine Gesetze, alles! Nur kennen wir Menschen nicht die Vollzahl dieser Gesetze, und so entsteht aus unserer Unkenntnis der Zufall“ (Louis Victor Prince de *Broglie*), und kommt zu der unabweisbaren Schlussfolgerung: „Das Wort ‚Zufall‘ ist Gotteslästerung. Nichts unter der Sonne ist Zufall“ (Gotthold Ephraim Lessing, 1729-1781).

Die gewonnene Erkenntnis lässt sich vertiefen, zunächst:

Strabo (÷ 63 / + 23) in seiner „*Geographie*“ (L. XVI, c. 1): „Die Brahmanen bewirken Heilungen größtenteils durch Speisen, nicht durch Heilmittel.“ *Paracelsus* in der Renaissance Zeit wiederholt: „Unsere Nahrungsmittel sollten eigentlich Heilmittel sein.“ Fernöstliche Weisheit unserer Tage bestätigt beide: „Der Mensch muss sich zu der Einsicht durchringen, dass er isst, um sich vor Krankheit zu bewahren, und dass er nicht Medizinen einnimmt, um Krankheiten zu kurieren. Die Vorbedingung zu einem richtigen Verhalten in dieser Hinsicht wäre die, dass man zwischen Medizin, die den Körper ernährt, und Medizin, die Krankheiten heilt, keinen Unterschied mehr machte „ (Yutang, 276 f.). Und der 1895 geborene Präsident der Unesco in Paris gibt ein Beispiel: „Gott sei Dank besteht in China eine tonische Medizin nicht aus drei Gramm Hyperphosphat und 0,02 Einheiten Arsenik, sondern aus einer Terrine mit schwarzer Hühnersuppe, die mit *Rehmannia lutea* gekocht ist“ (ebendort). Dann:

„Der *Hatha-Yoga* geht noch weiter. Er behauptet: die einzige, dem Menschen angemessene Nahrung sei jene, die der Boden hervorbringt, auf dem er lebt. Nur er kann ihm alle Stoffe geben, die er braucht.

Und noch mehr: nach Ansicht der Yogi sendet die Erde strahlen aus, von denen einige günstig, andere schädlich wirken. Ebenso sollen Pflanzen einer bestimmten Gegend in ihren Geweben Gegengifte gegen die in dieser Gegend vorhandenen schädlichen hervorbringen und aufspeichern. Diese notwendigen Gegengifte nehmen wir unmittelbar auf, indem wir die Gemüse, oder mittelbar, indem wir die Tiere essen, die sich von ihnen ernähren . . .

Ein offensichtliches Beispiel: wird aus Kanada eingeführtes Getreide von Menschen in der Schweiz gegessen, so enthält dies kein Gegengift gegen die unheilvollen Ausstrahlungen des schweizerischen Bodens. Vielmehr werden diese Gegengifte – und das ist noch weit gefährlicher – die besonders dem Boden Kanadas entsprechen und nun nicht mehr von kanadischen Giften, die sie zu zerstören haben, neutralisiert werden, ihrerseits zum wirklichen Gift für den Bewohner der Schweiz und vergiften seinen Organismus“ (Kerneiz, 131 f.).

Umgekehrt könne eingeführte Pflanzen im Importland zu einer Landplage werden: um 1850 wurde eine einzige Brombeerpflanze in Neuseelands Boden gesteckt: heute sind nicht nur 300 Kilometer Westküste der Südinsel ein einziges Brombeerdickicht, sondern auch ungeheure Ackerflächen wurden von ihr verschlungen.

Ein Schotte brachte als Erinnerung an die alte Heimat eine einzige Distel nach Australien, sie wurde zur Geißel: „Während sich beide Pflanzen in ihrem Entstehungslande in mäßigen Grenzen halten, werden sie in einem Lande, indem sie nicht entstanden sind, zur Plage. Eine Tatsache, die allen denen, die Entstehungsursachen der Dinge einzig und allein im Stoff und in den günstigen Daseinsbedingungen suchen, zu denken geben sollte!“ (Kessemeier, 33 f.).

Diesen Herrschaften noch zwei Denkaufgaben: „Wie kommt es, dass nur ein Teil der Pflanzenwurzeln senkrecht nach unten wächst, als ob sie dem durch die Schwerkraft gegebenen Weg folgten, während Stengel und Stamm, so lange sie leben, der Schwerkraft entgegengesetzt nach oben wachsen?“ (Walther, 56).

„Ist es nicht z. B. Eine höchst okkulte Sache, ja etwas Wunderbares, dass in der Eiche nicht nur der Plan oder die Idee zu einem riesigen Baume schlummert, sondern auch die Vermehrungskraft zu endlosen Generationen von Eichbäumen? Mit dem Gesetz von der Erhaltung der Kraft kommt man da nicht mehr durch!“ (Surya, 35).

Ja, es ist schon so, wie Christian *Morgenstern* (1871-1914) einmal gesagt hat: „Wer die Welt nicht von Kind auf gewohnt wäre, müsste über ihr den Verstand verlieren. Das Wunder eines einzigen Baumes würde genügen, ihn zu vernichten.“ Oder Friedrich *Schnack*: „Die Bäume treiben Geheimkünste.“

Phytosoph *Schenk* beweist: landeigene Berausungsmittel sind den Einheimischen wenig, den Fremden schwer schädlich:

„Ein Europäer in Rotumah oder Tahiti wird von Kawa süchtig, denn er ist nicht geboren unter der Sonne, die Rauschpfeffer gedeihen lässt. So mäht Kawa ihn dahin, wie die Eingeborenen vom nordischen Bier oder destillierten Produkten vernichtet werden.

Wenn der südamerikanische Indianer Kokablätter kaut und dabei vierundzwanzig Stunden mit Gepäck ununterbrochen zu laufen vermag, wenn er dann mühelos Höhen bis zu sechstausend Meter ersteigen kann, wenn ihm außerdem Koka als Heilmittel dient, dann ist er nicht süchtig, dann vergiftet ihn Koka nicht, sondern die Natur leiht ihm wirkliche Kräfte. Für uns aber ist das aus dem Kokastrauch gewonnene Kokain, wenn wir es als Rauschmittel nehmen und uns daran gewöhnen, eine tödliche Gefahr“ (25).

„Der Mensch des Landes, in dem Hanf ursprünglich nicht wuchs, widersteht diesem neuen Gift nicht mehr“ (32).

„Ich sah Menschen, die unter einer heißen Sonne aufgewachsen waren, Rheinwein trinken. Sie erbrachen sich sofort und zeigten alle Anzeichen einer schweren Vergiftung, während mir bei der gleichen geringen Menge fröhlich und leicht ums Herz wurde, ohne dass ich nur die Spur von Nachwehen erleben musste.

Viele Opiumesser im Orient, besonders in Kleinasien, vertragen das schwere Gift gut. Ihre Gewohnheit, es zu nehmen, ist eine andere als die Gewöhnung eines Süchtigen bei uns. Hier ist es eine schwere Krankheit, die zum raschen Verfall führt, wenn nicht früh genug die Rettung der Entziehung kommt. Dort ist Opium ein Mittler der Geselligkeit, wohl stets gebraucht, aber nur selten mit dem Leben oder auch nur mit der Gesundheit bezahlt.

Ein Türke, der zu uns kommt und, als starker Kaffeetrinker, auch unseren Kaffee genießt, leidet noch mehr unter den Folgen der Vergiftung, als wir sie manchmal nach übermäßigen Gebrauch ertragen müssen,, (33f.).

Andere Zubereitungsart, aber - „auch wenn unser Kaffeetrinker seinen Kaffee auf türkische Art zubereitet, so wird er dennoch weitaus mehr Beschwerden erleiden als der Türke und Araber, der vielleicht auch nach unmäßigen Genuss keine Folgen verspürt“ (35).

„In China wird das Ricinusöl als Nahrung gebraucht und als Speisefett verwandt. In einer chinesischen Stadt veranstaltete man einmal zu Ehren der Europäer einen großen Festschmaus, bei dem sämtliche Europäer schwer erkrankten und nur die Chinesen gesund blieben, so dass man an ein Attentat glaubte. Doch einzelne Speisen waren nur mit Ricinusöl gebacken, die Chinesen waren daran gewohnt, und für sie war es kein Gift mehr“ (105 f.).

„Also: wenn zwei dasselbe tun, ist es nicht dasselbe, und das leitet uns über zum Thema „Zweimal ist nicht dasselbe“.

„Der Herr lässt die Arznei aus der Erde wachsen und ein Vernünftiger verachtet sie nicht.

Damit heilt er und vertreibt die Schmerzen und der Apotheker macht die Arznei daraus.“

Jesus Sirach, XXXVIII, 4, 7.

Johanniskraut:

in erster Linie bei sämtlichen **Nervenleiden** wo es auf **Beruhigung** ankommt!

innerlich: bei **hypochondrischen, hysterischen** und **melancholischen** Zuständen,

bei **Schwindel-** und **Schlaganfällen**

Zittern an Händen und Füßen

- hysterisches **Nachtwandeln** und krankhaften **Somnambulismus**
- für gesunden **Schlaf** und gegen **Kopfschmerzen**
- bei verschiedenen Krämpfen wie **Magen-, Bauch-** und **Unterleibskrämpfe** sowie bestimmte Formen der **Epilepsie!**
- auch bei **Gelbsucht** und **Leberleiden**
- bei zu stark blutenden **Hämorrhoiden** bei **Blutspeien** und bei beginnender **Lungenschwindsucht,**
- wirkt auch als milder **MAO-Hemmer (Monoaminoxidase)**, das den Abbau der drei wichtigsten Neurotransmitoren des Hirns (**Serotonin** = „Glückshormon“, **Dopamin**, und **Noradrenalin**) hemmt (!)

Interessant: Medikamentenvergiftung/-abhängigkeit:

Johanniskraut kann die Wirkung einer ganzen Reihe von synthetischen Verbindungen, welche **alle nicht der menschlichen Natur** entsprechen, mindern oder sogar zur Gänze aufheben, da es **chemische Fremdstoffe** beschleunigt zur Ausscheidung bringt. Die Pharmaindustrie hat diese Eigenschaft bei folgenden, eigentlich „lebensfremden Präparaten“ herausgefunden:

Johanniskraut:

- **Antibaby-Pille:** es passiert immer häufiger, dass Frauen **keine Kinder** mehr bekommen können, nachdem sie mehrere Jahre lang die „Antibaby-Pille“ genommen haben. Der Körper verliert durch diese regelmäßige Unterdrückung die Fähigkeit, die für eine Empfängnis notwendigen Steuerhormone zu produzieren. Johanniskraut bietet hier die einmalige Chance, die manchmal andauernde Wirkung dieser synthetischen Empfängnisverhütung wieder aufzuheben!

allerdings: während der Empfängnisverhütung Johanniskraut pur eher nicht anwenden!

- Antihistaminika wie **Fexofenadine**,
- Blutfettsenker wie **Simvastatin**,
- gerinnungshemmende Blutverdünner wie **Phenprocoumon** und **Warfarin**, welche bei Thrombosegefahr, Lungenembolie und Herzinfarkt eingesetzt werden,
- das chemotherapeutische Krebsmittel **Ironetcan**,
- **Methadon** für Heroinabhängige,
- synthetische herzleistungssteigernde Mittel wie **Digoxin** und **Theophyllin**,
- immununterdrückende Präparate wie **Ciclosporin** und **Tacrolimus**, auf die Organtransplantierte angewiesen sind,
- **Midozolam**, das zur Narkoseeinleitung verwendet wird,
- Psychopharmaka wie **Amitriptylin**,
- Virushemmer wie **Ididavir** und **Nevirapin**, für Aids-Kranke

Hauptursache dieser Entgiftungskraft:

Johanniskraut regt die Bildung eines **Leberenzym**s (Cytochrom P450 3A4) an, welches die Entgiftung und Ausscheidung fremder chemischer Substanzen ermöglicht!

(in: Phaneuf 2005: 291)

Inhaltsstoffe: Anthocyane, ätherisches Öl, Flavonoide (Hypericin* und Hyperforin), Gerbstoffe

*) Hypericin wirkt antiviral und wurde aus diesem Grund bereits gegen **HIV (!)** eingesetzt

Hinweis:

Johanniskraut steht in einem interessanten Verhältnis zum menschlichen Blut. Daher wurde es auch schon in alten Kräuterbüchern „**sanguis hominis**“ genannt. Wohl daher, da das Öl eine blutbildende und bluterneuernde Kraft hat:

- für bleichsüchtige Mädchen, Frauen und Knaben in den Entwicklungsjahren täglich 1 Tasse Tee!
- man kann Tee von Johanniskraut unbeschadet täglich trinken! (G.W. Surya)
- Johanniskraut trägt ungemein zu einem langen und gesunden Leben bei

Johanniskraut:

- Öl:
 - 1 2Liter Flasche, 1 Liter Olivenöl eingießen, Johanniskrautblüten quetschen und im Öl auffüllen bis es gerade noch bedeckt ist, 10 Tage an die Sonne stellen, anschließend nochmals mit gequetschten Blüten auffüllen und wiederum 10 Tage in die Sonne stellen: bis das Öl dunkelrot geworden ist – abseihen, und in dunkle Fläschchen aufbewahren

- Verwendung:
 - **Wundbrand, Schmerzen** bei Verbrennungen, **rheumatische, ischiatische** und **gichtische** Schmerzen, **Hexenschuss, Seitenstechen, Sonnenbrand**, bei **Stich- und Schnittwunden**
 - Bei Kramp fzuständen und Koliken wird das Öl vorher erwärmt!

- Innerlich:
 - 2-3 Teelöffel täglich bei:
 - **Steinleiden jeder Art** (besonders Nierensteine)

SIGNATURENLEHRE:

gutes Wundmittel: zerdrückt man die gelben Blüten, quillt ein roter Saft wie Blut hervor

<ul style="list-style-type: none"> • <u>Paracelsus:</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • „es gibt kein Kraut in ganz Deutschland, das in der Heilung von Wunden, Quetschungen, Bein- und Darmbrüchen, Verrenkungen, alten faulen Schäden so beikommt, wie das Johanniskraut!“
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Mischung:</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • Johanniskraut, Zitronenmelisse bei nervösen Herzbeschwerden • Johanniskraut mit Wermut od. Tausendguldenkraut bei nervösen Magenbeschwerden • Johanniskraut, St. Benediktskraut bei nervöse Kopfschmerzen • Johanniskraut, Zwiebel bei allgemeiner Schwäche • Johanniskraut, Schafgarbe bei Bettnässen kleiner Kinder

Kinderlosigkeit:

Eine der wichtigsten Steuerfunktionen zur menschlichen Fähigkeit um weiteres menschliches Leben zu zeugen, befindet sich bzw. läuft über die Hirnhangdrüse (Hypohyse). Die Hirnhangdrüse besteht aus zwei Teilen, die verschiedene Ursprünge haben. Der hintere Teil entsteht aus dem Gehirn des Embryos und wird als Hypophysehinterlappen bezeichnet. Der vordere Teil entsteht aus einer Vertiefung, der sogenannten Rathke-Tasche, im Dach des sich

entwickelnden Mundes wund wird als Hypophysenvorderlappen bezeichnet. Im Hypophysenvorderlappen erfolgt die Sekretion zahlreicher wichtiger Hormone, die nach ihrer jeweiligen Funktion benannt werden:

- Das **Wachstumshormon** (Somatotropin oder STH), steuert das Knorpelwachstum in den Röhrenknochen.
- Das **schilddrüsenstimulierende Hormon** (Thyreotropin oder TSH) regt die Produktion **Schilddrüsenhormons** an.
- **Prolaktin** steuert die **Milchproduktion** und **-ausschüttung** (Laktation) in den Brüsten.
- Das **adrenokortikotrope Hormon** (ACTH) regt die Hormonproduktion (Steroidhormone) in der Nebennierenrinde an.
- Das **Follikel stimulierende Hormon** (FSH) steuert die Entwicklung der Eifollikel in den **Eierstöcken** und der **Spermien** in den **Hoden**. Das Zusammenwirken dieser Hormone ist für Wachstum, Reifung und **Fortpflanzung** eines Menschen von entscheidender Bedeutung.

In: „Anatomica“, Ärztekollektiv –

Tandem Verlag 2004

Eine Störung dieser funktionellen Hormonabläufe führt unter anderem folgerichtig zu Kinderlosigkeit. Aus der **Kräuterheilkunde** sind verschiedene Wirkungsabläufe bekannt, welche hier je nach Zusammensetzung der Kräuter:

- **Behinderungen auflösend**, (Schwermetalle, Oxyde wie Aluminium, Bor, Fluor,...)
- **entsäuernd**, (versch. Säureablagerungen,...),
- **schädigende Strahlen absorbierend** (Johanniskraut,),
- **reflektorisch** auf Hirnhangdrüsen, oder auch
- **regenerierend** auf die inneren Versorgungskreisläufe der Hirnhangdrüsen wirken. (z.B.: Dost, Wassermintze,...)

z.B.: Kräuterteemischung: Brennessel, Johanniskraut, Schafgarbe, Löwenzahn, Nachtkerze, Ringelblume, Kamille, Pfefferminze *)

Diese Zusammensetzung hat in der Vergangenheit bereits einen Teil der erforderlichen Unterstützung der oben beschriebenen Steuerhormonabläufe bewirkt. Jedoch nicht alle Funktionen, um auch die hier angesiedelten Störungen, welche zu Kinderlosigkeit führen, zu beheben.

Gibt man dieser Kräutermischung **Storchenschnabel** (*Geranium robertianum* L., „Ruprechtskraut“) dazu, hat dies in überraschender Weise Kinderlosigkeit behoben und zu einer problemlosen Schwangerschaft verholfen!

Diese Beobachtung aus der Praxis sollte dazu führen, zu untersuchen, inwieweit die Pflanze Storchenschnabel im Verbund oben angegebener Kräuter, dazu beiträgt, die komplizierten Steuerhormon-Kreisläufe wieder in Gang zu bringen, welche vorher zu Kinderlosigkeit geführt haben! (St. Georgener Bergkräuter, 2011)

(*) diese Kräutertee-Mischung ist einige Wochen vor und während der gesamten Schwangerschaft teemäßig angewendet worden)

Johanniskraut

Im Abschnitt „Pflanzen als Abschirmgeräte“ hatte ich – Hanns Fischer folgend – das Johanniskraut als eine der mittelalterlichen Amulett-Pflanzen für Kugelfestigkeit („feinde Pflanze“) genannt, darauf hingewiesen, dass „dessen durchlochte Blätter einem Gitter entsprechen“ und dargetan, dass letzteres ein Abschirmgerät gegen kosmische, luftelektrische (und organ-elektrische) Strahlen ist.

Damit ist aber das Geheimnis des „Hexenkrautes“ nicht erschöpft!

Zunächst zur Auffrischung der Schulkenntnisse über diese Pflanze: das durchlöchernte Johanniskraut (gemeines Hartheu, *Hypericum perforatum*) gehört zur der Familie der Guttiferen, wird bis 0,60 cm hoch, wächst an Gebüschchen, Rainen, Wegrändern, sonnigen Plätzen; die Blätter sind durchscheinend punktiert, was durch die vielen Öldrüsen im Blatt hervorgerufen wird. Das Öl ist rot, die Blüten sind gelb. Die Pflanze wurde früher als Heilmittel geschätzt. Das Öl heißt Johannisöl, es diente gegen Verbrennungen, angeschwollene bzw. durch Dammriss beschädigte Geburtsteile usw.

Das Volk nennt das Johannisöl „Johannisblut“, auch „Alfblut“ (=Elfenblut) und schreibt ihm – besonders in Süddeutschland – allerlei wunderbare Kräfte zu (Wuttke, S. 134, p.104).

„Das Johanniskraut galt im Mittelalter als Hauptmittel gegen bösen Zauber; daher „fuga daemonum“, Teufelsflucht, Teufelsfuchtel, Jageteufel (niederländisch: jaagt den düvel) genannt und bei den Hexenprozessen viel angewandt“ (Zingerle, 37).

„Fuga daemonum“ heißt wörtlich übersetzt „Flucht der Geister“. Nun aber „ist die Furcht vor den Bazillen die moderne Form des Geisterglaubens“ (Willhelm, 268).

Umgekehrt aber schreibt Dr. Erich *Bischoff* (1865-1936) über die Dämonen Kabbala: „Die *Massikim* (Schädlinge) könnten uns gerade als Repräsentanten der neuzeitlichen Bazillen erscheinen, von den z. B. Der Thalmund (Joma 77b, Tha’anith 2b) aufgrund altorientalischer Tradition berichtet, dass sie nachts auf unbedeckt bleibendem Wasser oder auf nicht aufgelesenen Brotkrumen ruhen; ebenso der Massik „*Schibtha*“, der Leuten mit ungewaschenen Händen – zumal Kindern – schädlich ist“ (Bischoff, II, 45f).

Ein anderer Orientalist – Dr. phil. Franz *Sättler* (Musallam), Verfasser einer persischen Grammatik – kann noch ergänzen: „der „*Keteb Meriri*“ ist der Dämon des Hitzschlages; die *Tachim* und *Tachot* beeinflussen ungünstig den Stuhlgang“ (Musallam, V, 67 f.).

Es wäre also zu prüfen, ob das Johanniskraut irgendwelche bakteriziden (bakterientötenden) Einwirkungen auf die Bazillen hat.

Wiederum heißt es in einem talmudisch-kabbalistischen Traktat „*Jalkut Chadasch*“ (p. 147): „Es ist kein Ding auf der Welt, auch nicht ein Kräutlein, über welches nicht ein Engel gesetzt ist, und ales geschieht nach dem Befehl von dessen Vorgesetzten.“

Es lässt sich also folgende Gleichung aufmachen:

Im Johanniskraut ist ein guter Geist.

Der „Johannisgeist“ hilft gegen schädliche Geister (Bazillen);

Geist kämpft wider Geist.

Im Verein deutscher Chemiker in Kassel berichtete 1942 Professor Dr. Hand Brockmann – damals von der Universität Posen – jetzt Direktor des Universitäts-Instituts für organische Chemie zu Göttingen, „dass es ihm gelungen ist, im Johanniskraut den außerordentlich wichtigen Farbstoff

nachzuweisen, der kleine Tieren, denen dieser einverleibt wird, lichtempfindlich macht. Weiße Mäuse oder Ratten erleiden in wenigen Minuten den Lichttod. Aber nur Tiere mit heller Haut werden krank, Tieren mit dunkler Haut schadet der Farbstoff nicht. *Besonders wichtig ist die Entdeckung, weil man vielleicht mit dieser Methode Bazillen töten kann, denen man bisher mit kleiner Chemikalie beizukommen vermochte.* Infusorien, denen man die Farbe zusetzt, sterben im Licht schnell ab, im Dunkeln bleiben sie am Leben. Es ist besonders interessant, dass derartige Farbstoffe auch in der Natur vorkommen.

Schon den alten Arabern war bekannt, dass weiße Schafe, die Johanniskraut fressen, von Krankheiten befallen werden. Sie haben sich auch ein ebenso originelles wie radikales Mittel ausgedacht, dem zu begegnen, sie haben die Schafe mit Tabaksaft oder Henna-Extrakt dunkel gefärbt“ („ÖAKK“).

Nicht nur weiße Mäuse, Ratten oder Schafe erleiden durch Johanniskraut den Lichttod, sondern sogar weiße Rinder und Pferde. Wenn diese Tiere nach dem Genuss dieser Pflanze dem Sonnenlichte ausgesetzt werden, bekommen sie druckempfindliche Schwellungen, später Fallsucht und Atemnot und gehen schließlich an Herzschwäche ein. Tiere mit dunklem Fell dagegen und auch weiße, die im Stall bleiben, erkranken nach Fütterung mit jenem Kraut nicht.

Brockmann vermochte aus den Öldrüsen den tödlichen Farbstoff „*Hypericin*“ rein zu gewinnen: kleine, glänzende, kristallene Stäbchen, die mit bloßem Auge dunkelviolet bis schwarz und unterm Mikroskop in der Durchsicht kirschrot erscheinen. Es hat sich gezeigt, dass er fluoresziert und dass auch sonstige fluoreszierende Substanzen wie z.B. Eosin, wenn sie verfüttert werden, die gleiche Wirkung haben und dass außer dem Johanniskraut auch andere Pflanzen, z.B. Buchweizen (Schenk, 109 f.), tödlich auf Tiere mit hellem Fell wirken, wenn diese der Sonnenbestrahlung ausgesetzt sind.

Wieder einmal ist hiermit erwiesen, dass der „Aber“-glaube ein durch Erfahrung begründeter Glaube ist, aber, dass man sich die alten Begriffe erst ins Moderne übersetzen muss.

Aber noch mehr:

Spritzte man weißen oder gescheckten Ratten Hypericin unter die Haut und belichtete sie mit einer 500-Watt-Lampe, so zeigten sie plötzlich eine angstvolle Unruhe. An Schnauze, Augen und Pfoten traten schnell schmerzhafte Entzündungen auf, die sich bald in Geschwüren auf den ganzen Körper ausdehnten. 110 Minuten der Sonne ausgesetzt, starben die Tiere an „Hämolyse“ (Auflösung der roten Blutkörperchen) unter vorausgegangenen Anzeichen hochgradiger Erregung.

Die Beobachtung dieses „phototoxischen“ („lichtgiftigen“) Effektes der Unruhe übertrug der Leiter der saarländischen Nervenlinik in Merzig Dr. med. Daniel ins Homöopathische: seine Versuchstiere lebten förmlich auf, wurden fresslustiger und ermüdeten weniger als die Kontroll-Ratten Meerschweinchen, Ziegen und Ferkel. Am Ende der klinischen Erprobung war ein Mittel gegen funktionelle Depressionszustände und – in manchen Fällen, auch gegen angeborene Psychosen gefunden. Magen- und Darmstörungen, Migräne, vegetative Dystonie, die oft auf seelischen Eindrücken beruhen, gingen in auffallender Weise zurück.

Im ersten Buche *Samuelis* (XVI, 14) lesen wir vom ersten israelischen König *Saul* (1032-1012), dass „ihn ein böser Geist sehr unruhig machte“. Sein späterer Nachfolger *David* (1012-972) wandte *Musiktherapie* dagegen an (Vers 23). Die verfiel aber nicht immer: als eines Tages wieder der böse Geist über Saul geriet, „und er daheim im Hause raste“, wollte er den Harfner David wider die Wand speißen (XVIII, 10 f.).

Der „böse Geist“ war manisch-depressives Irresein und gegen es bzw. ihn hätte vielleicht eine homöopathische Injektion von Hypericin – dem „guten Geist“ des fuga „daemonum“ - geholfen!

Recht hat also hier Struntz, wenn er behauptet: „Aller Aberglaube ist alte Wissenschaft, alle Wissenschaft neuer Aberglaube“.

Man braucht erst gar nicht so weit zu gehen wie der Wiener Komödiendichter und Schauspieler Johann Nepomuk Nestroy (1802-62), der den Superklugen ins Gesicht schrie: „Ich lasse mir meinen Aberglauben von keiner Aufklärung rauben. Es ist sehr schön, wenn man heute überhaupt noch an etwas glaubt!“

Unger weiß noch: „Hartheu, Johanniskraut, wird blühend um Johannis gesammelt und in den Häusern an irgendeiner Stelle – meist zwischen den Eisenstäben der Fenstergitter – eingeflochten. Es ist das wirksamste Schutzmittel gegen den Blitzstrahl und vom gemeinen Mann noch gegenwärtig durch die ganze untere Steiermark in Ehren gehalten.

Es widersteht auch allen Hexereien und Teufelskünsten, „sie widerstrebt auch mit solcher Macht dem Symptomatibus, so aus Zauberei verursacht, dass – soviel man weiß – kein ander Gewächs noch andere Art Medikamente, sie seien auch köstlich im Aussehen, als sie immer wollen, gefunden werden, dieses Kraut in solchem Falle übertreffen können“, daher es auch „Teufelsbanner“ (fuga daemonum) genannt wird.

„Doste, hartan, weisse heid thun dem Teufel alles leid“.

Die angebliche Blitzschutzwirkung wäre nachzuprüfen, nachdem der Effekt gegen „zauberische Krankheiten“, worunter man auch Depressionszustände à la *Saul* rechnete, erwiesen werden konnte!

Er ist's

Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.

Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen.
-Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!
Dich hab ich vernommen!



Eduard Mörike

Rusch-Artikel – Fortsetzung

103. Artikel Herbst 1982: Übertragung der Erbsubstanzen“

Erbsubstanzen sind die wertvollsten lebendigen Substanzen aller Zellen und Gewebe aus denen Organismen bestehen.

Die Erbsubstanzen bestimmen was eine Zelle tun kann, wo sie hingehört, wie sie aussieht und aus Erbsubstanzen allein bauen sich ganze Organismen auf, auch der Mensch. Es sind die „Zentralen“, von denen aus alle Lebensvorgänge gelenkt werden. Die Erbsubstanzen oder „Erbmassen“ bewirken alles, was man „lebendig“ nennt, wie sind die wahren Träger des Lebens, die Verwirklichung des Geistigen im Materiellen.

Für die „Erhaltung der lebendigen Substanz“ haben wir in wissenschaftlicher Arbeit viele Beweise gefunden. Für die Frage ob diese erhalten gebliebene Substanz auch wieder verwendet werden kann, dient als Beweis einstweilen die Tatsache, dass man mit lebender Substanz die Organismen gesund machen kann. Das hat sich in der Heilkunde bewiesen und ebenso im biologischen Landbau. Wenn die Grundgesundheit Schaden gelitten hat durch falsche Ernährung von Mensch, Tier, Pflanze und Boden, kann man durch die Pflege der lebenden Substanzen alle diese „Organismen“ auch den Mutterboden gesund machen. Wir erleben das ja täglich in der Praxis. Es kommt dahin, dass der Mutterboden wieder mehr Wasser aufnehmen kann, dass er unempfindlich wird gegen Trockenheiten, widerstandsfähiger gegen Verschlemmung und Frost, dass die Saat besser aufgeht und besser überwintert, dass die Schädlinge seltener werden und die Viruskrankheiten verschwinden, die Haltbarkeit größer wird und die Bekömmlichkeit besser. Und so kommt es letzten Endes, dass das Vieh gesünder wird,

dass es mehr leistet, dass es fruchtbarer wird und dass viele schlimme Probleme, die der Viehstall bringt, besser und leichter zu lösen sind als vor dem. Prof. Andre Voisin, Paris, fordert: Es gibt nur einen einzigen wirklichen Beweis für die Güte eines Bodens: „Die Pflanzengesundheit“. Und es gibt nur einen einzigen wirklichen Beweis für die Güte einer Nahrungspflanze: „Tier und Mensch und ihr Wohlergehen“

Die Ernährungswissenschaft der Agrikulturchemie füttert die Pflanze mit Nährstoffen, möglichst mit Salzen. Dem gegenüber steht der Ernährungsweg über den lebendigen gesunden Boden, genau nach dem Vorbild der Natur. (Wenn die Natur im Widerspruch zu unserer Theorie steht, so hat stets die Natur recht und die Theorie ist falsch. Liebig!!) Hier werden der Pflanze lebende Substanzen, ja auch Erbsubstanzen geboten, weil nur das Leben des Mutterbodens eine gesunde Pflanze garantiert, so handelt die Natur.

Drei amerikanische Forscher Beadle, Tatum und Lederberg haben bewiesen, dass die Übertragung von Erbsubstanz von Zelle zu Zelle möglich ist und damit auch deren Gesundheit. Es sind ja die Erbsubstanzen von Zellen, die ihre Gesundheit ausmachen.

Je mehr die Zelle leisten kann, desto mehr ist sie biologisch wert; man wusste bislang nicht, dass sich in jeder Nahrung auch Erbsubstanzen befindet, die von lebenden Zellen aufgenommen werden kann und diese macht die Gesundheit der Empfänger aus. Für uns ist es von hoher Wichtigkeit unsere Geschöpfe auf dem Acker, im Stall und im Haus gesund zu machen und erbgesund zu erhalten. Der Kreislauf der lebenden Substanz, die Erbsubstanzen mit dabei, sind

das Grundgerüst der Gesundheit von Mensch, Tier, Pflanze und Boden und löst das dringendste Problem das auf der Menschheit lastet: Das Problem der Entartung des Menschengeschlechtes durch

die Zivilisation, das Problem der Grundgesundheit, die allenthalben Stück für Stück untergraben wird, weil wir von der „biologischen Wertigkeit“ bisher nichts, aber auch gar nichts verstanden haben.



104. Artikel Sommer 1983: Der lebendige Garten als Quell der Gesundheit“

Alles Leben kommt aus dem Boden. Nahrung aus gesundem Boden ist Heilmittel im besten Sinn des Wortes. Gesund aber ist nur der Boden, der lebt. Denn nur der Ablauf einer Kette von Lebensvorgängen im Boden schafft der Pflanze die natürliche Nahrung. Ohne solche Nahrung ist sie nicht vollkommen. Man weiß heute, dass es keine wirklich künstliche Nahrung gibt, auch für die Nahrungspflanzen nicht. Man weiß heute, dass sich die Forderung nach vollkommener Ernährung auf die Bemühung konzentriert, den Boden voll lebendig zu erhalten, oder wieder lebendig zu machen dort wo er ausgebeutet wurde bis zur Leblosgkeit.

Für die Forschung steht sogar schon viel mehr fest, als sich die Schulweisheit träumen lässt. Es steht fest, dass die Ernährung des Bodenlebens mit organischen Stoffen – dh. allen Abfällen aus der Lebenstätigkeit der Organismen – unerlässliche Voraussetzung für die höchstmögliche Bodenleistung ist. Wird diese Voraussetzung erfüllt, so ist Landwirtschaft und Gärtnerei auf lebendigem Boden jedem anderen Verfahren in jeder Beziehung eindeutig und haushoch überlegen. Die Natur kann es eben doch besser als wir, denn auf diese Weise schafft sie Nahrungspflanzen mit höchstem Ertrag, mehr als doppelter Haltbarkeit, reinem Geschmack, vorzüglichem Geruch und unverminderter Fruchtbarkeit; auf diese

Weise vermag sie Stall- und Milchleistung und letztlich die Gesundheit von Nutztieren und – Menschen Jahr um Jahr auf einen höheren Stand zu bringen.

Dies sei zuvor gesagt, um zu zeigen, wie wichtig es ist, sich mit dem Bodenleben unseres Gartens zu beschäftigen. Wie hat das nun zu geschehen?

Versuch: Aufbringen einer Mulchschicht aus Grasschnitt oder gehäckselter Grünmasse zwischen den Saatreihen, der so bedeckte Boden zeigt reges Leben, er ist krümelig und dunkel von den Abfällen der Lebenstätigkeit. Der Boden ist locker, besser als mit bisher bekannten Maßnahmen.

Die Lebenspflege des Bodens braucht dabei:

- 1) Niemals darf der Boden nackt bleiben, wie dies ehemals üblich war. Der Boden ist keine gute Stube. Nur unter einer Decke, wie sie von selbst in der Natur existiert, kann das Leben gedeihen.
- 2) Organische Abfälle, ganz gleich welcher Art, können auf keine Art so vollkommen für das Bodenleben ausgenutzt werden, wie es die Natur auch macht: durch direktes Auflegen von frischem Zustand.
- 3) Ein Boden, der durch ausreichende organische Ernährung lebendig geworden ist, braucht nicht mehr künstlich gelockert zu werden, er wird niemals fest, auch nicht im

längsten Regen. Umgraben stört das schichtweise ablaufende, kettenartig sich ablösende Bodenleben. Man muss danach streben, alles lebendige Abfallmaterial so früh wie möglich auf den Boden zu bringen. Das Material darf aber frisch niemals in den Boden eingearbeitet werden, auch nicht oberflächlich. Es würden somit Lebensvorgänge in dichtere, tiefere Bodenschichten gelangen, die dort nichts zu suchen haben, die vor allem den Pflanzenwurzeln erheblich schaden. Die Lebensvorgänge der Verrottung müssen in natürlicher Schichtung ablaufen, die sich ganz von selbst bildet. Bei nasser Witterung darf die Bodendecke nicht so dicht sein, wie bei trockener, weil sie sonst unliebsam fault.

Das Unkraut wächst auf lebendigem Boden freilich ebenfalls erheblich besser, seiner Verwendung als Mulch steht jedoch nichts im Wege. Als Mineralersatz kommt nur in Frage, was der lebende Boden ohne Schaden verträgt: Urgesteinsmehl Kalk als Naturprodukt. Künstlicher Stickstoff darf nicht in einen lebendigen Boden. Sehr bewährt sich die Behandlung des Bodens mit Kräuterextrakten, Bakterien und Spurenstoffen. Selbst versuchen, es gibt noch keine Lehrbücher.

105. Artikel Christmonat 1983: Qualitätstestung von Nahrungspflanzen“

Für den Wert einer Pflanze als Lebensmittel ist entscheidend nicht ihr Gehalt an chemisch identifizierbaren Stoffen, sondern ihr Gehalt an spezifischer lebendiger Substanz und deren Gesamtwirkung auf den

ernährten Organismus. Das geht aus der erst jetzt erforschten Tatsache hervor, dass alle Lebewesen sowohl die Pflanzen als auch die Tiere, ihre lebende Erbsubstanz nicht aus sich selbst heraus vermehren, sondern durch die Resorption lebendiger Partikel in etwa

Virusgröße. Die Abhängigkeit erklärt sich daraus, dass die spezifischen Partikel und deren Wärmegrad abhängende Spezifität besitzen. Ist diese Spezifität im Sinne der biologischen Norm-Gesundheit beschaffen, so ist die Gesundheit des damit ernährten Lebewesens sicher.

Die Bildungsformen spezifischer lebender Substanz in Form von Vitaminen, Hormonen und Enzymen sind teilweise chemisch isolierbar und also messbar. Da uns aber bisher unbekannt ist, wie die organischen Träger dieser Substanzen beschaffen sein müssen, um biologisch der Norm zu entsprechen, und da uns außerdem die Komplexe aller solcher Wirkstoffe, die die biologische Gesamtwirkung ergeben, unbekannt sind, sind wir einstweilen, vielleicht auch immer, auf rein biologische Prüfmethode angewiesen.

Nun besitzen wir in den sogenannten physiologischen Bakterien ein Lebewesen, dessen Lebensbedürfnisse weitgehend denjenigen gesunder Zellen und Gewebe entsprechen. Es handelt sich hier um die Masse der in der belebten Welt vorzufindenden Bakterien, die im Boden, auf und in Pflanzen und auf den Schleimhäuten tierischer Organismen leben und mit den von ihnen besiedelten Lebewesen eine Interessen-Gemeinschaft bilden. Was man zu den physiologischen Bakterien zu rechnen hat, ist in letzter Zeit mehr und mehr bekannt geworden, unter ihnen finden sich eine ganze Reihe solcher, die sich als Laboratorium-Stämme züchten lassen und deren biologische Eigenschaften relativ gut beobachtet werden können.

Diese Bakterien-Zellen bieten sich nun als Ersatz an, wenn man die Wirkung von Nahrungsmitteln auf unsere eigenen Körperzellen erforschen will. Was ihnen schadet, schadet auch uns. Man reicht ihnen

gewissermaßen die zu untersuchende Materie als Nahrung und sieht zu, ob sie gedeihen oder nicht.

3 verschiedene Möglichkeiten werden erarbeitet, um sichere und zuverlässige Tests über die Qualität der Nahrungspflanzen zu erlangen. Mithilfe dieser Methoden hat sich erwiesen, dass die Nahrungspflanzen, die heute auf dem Markt sind mit wenigen Ausnahmen als nicht biologisch vollwertig bezeichnet werden können. Selbstverständlich steht diese bedauerliche Tatsache mit der Zunahme der sogenannten Abbauerscheinungen beim Menschen, beim Nutzvieh und bei den Kulturpflanzen in unmittelbarem, ursächlichen Zusammenhang. Sie ist deshalb für die Entwicklung einer zukünftigen besseren Landwirtschaft von ungeheurer, grundlegender Bedeutung. Es ist jetzt die Frage, welche Wege bestritten werden müssen, um wieder zu einer lebensgesetzlich gesunden Nahrungspflanzen-Produktion zu gelangen, um die weitere Ausbreitung der Zivilisationskrankheiten der Menschen und des Nutzviehs zu verhindern und die Nahrung wieder zu dem zu machen, was sie eigentlich sein kann: Erhalten der Gesundheit, Verhüter der Entartung und bester Helfer des Arztes.

Es hat sich nämlich gezeigt, dass der biologische Zustand des Bodens, auf dem die Pflanzen wachsen, stets genau dem Zustand der Pflanzen entspricht. Ist er schlecht, so sind auch die darauf wachsenden Pflanzen schlecht, ganz gleich, ob sie oberflächlich gesehen als normal oder gesund imponieren oder nicht. Es genügt also vollständig, wenn wir in den Besitz biologischer Bodenprüfungen gelangen, die ein echtes Urteil über den Zustand des Humus gestatten. Der Humus ist nämlich die wesentlichste Nahrung der Pflanze, er bestimmt ihren biologischen Wert.



Mutter

*Mutter, schallt es immerfort
und fast ohne Pause.
Mutter hier und Mutter dort
in dem ganzen Hause.
Überall zugleich zu sein,
ist ihr nicht gegeben.
Sonst wohl hätte sie, ich mein,
ein bequemes Leben.
Jedes ruft, und auf der Stell
will sein Recht es kriegen.*

*Und sie kann doch nicht so schnell
wie die Schwalben fliegen!
Ich fürwahr bewundere sie,
dass sie noch kann lachen.
Was allein hat sie für Müh,
alle satt zu machen!
Kann nicht einen Augenblick
sich zu ruhn erlauben.
Und das hält sie gar für Glück!
Sollte man das glauben?*

Johannes Trojan

Impressum:

F.d.L.v.: Ing. Helga Wagner
Förderungsgemeinschaft für gesundes Bauerntum, 4060 Leonding, Nöbauerstr. 22
Telefon und Fax (0732) 67 53 63
Druck: Eigenvervielfältigung

Die Veröffentlichung wurde von Mitteln des Bundesministeriums für Land- und Forstwirtschaft gefördert.